

**План работы по внедрению здоровьесберегающих технологий
в воспитательно-образовательный процесс
на 2023-2024 учебный год**

<i>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>	<i>Ответственный</i>
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Утренняя гимнастика	Во время утреннего приема детей	Проводится во всех возрастных группах в хорошо проветренном помещении	Воспитатели Музруководитель
Гимнастика пробуждения	После подъема детей в спальне	Проводится во всех возрастных группах	Воспитатели
Физкультминутки	Проводятся на занятиях, связанных с продолжительным сидением.	Комплексы ежемесячно меняются	Воспитатели
Динамические паузы	Между занятиями, 10 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех возрастов в качестве профилактики утомления.	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.	Воспитатели
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей. Используется для всех возрастных групп.	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И.Чайковский, С.Рахманинов), звуки природы	Воспитатели Музруководитель
Гимнастика пальчиковая	С младшего дошкольного возраста индивидуально либо с	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в	Воспитатели

	подгруппой ежедневно	любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; во время занятий, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с млад. дошк. возраста	Рекомендуется использовать показ педагога	Воспитатели
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения	Воспитатели
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2 раза в неделю в музыкальном зале. 1 раз на улице спортивные упражнения и игры	Занятия проводятся в соответствии с ООП ДО. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели
Занятия из серии «Здоровье»	Ежемесячно	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.	Воспитатели
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели
Дни здоровья	1 раз в квартал, последняя пятница.	Проводятся с младшего дошкольного возраста	Воспитатели
Физкультурные праздники и развлечения	Физ. развлечения проводятся 1 раз в месяц, физ. праздники 2 раза в год	Развлечения проводятся во всех возрастных группах. Физ. праздники с младшего дошкольного возраста	Воспитатели Музруководитель
3. Коррекционные технологии			
Технологии музыкального воздействия: музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия	В различных формах музыкальной, физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	Музруководитель Воспитатели
Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин.	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку	Воспитатели

		может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	
Технологии воздействия цветом Цветотерапия	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДУЗ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели
Смехотерапия	Проводится, начиная с младшего дошкольного возраста	Используются различные формы организации: физминутки, занятия, развлечения	Воспитатели